



Instituto Superior  
NUEVA PREPARACIÓN FÍSICA  
A-1531

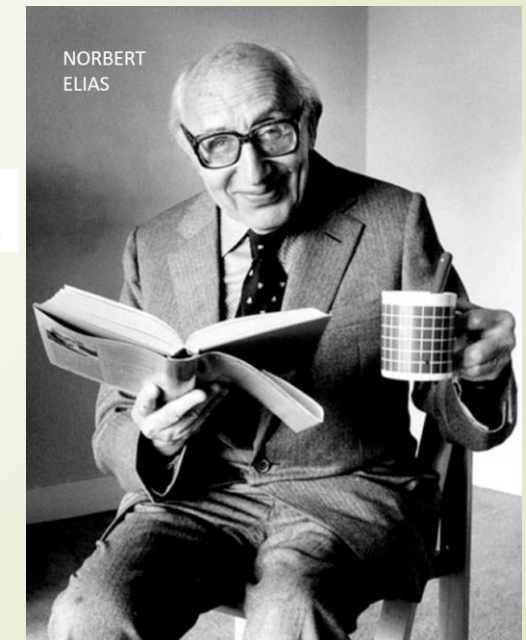
Historia del deporte social

# LA EDUCACIÓN DE LOS CABALLEROS



# La teoría de “La sociedad cortesana” de Norbert Elías

- ▶ “En la sociedad cortesana había una competencia entre la nobleza para obtener distinción y así fortalecer su posición de poder, esto con el objetivo de conservar sus privilegios y así su existencia social. La elegancia y el refinamiento de los nobles cortesanos eran valores con los que se afirmaba su posición social privilegiada y su superioridad cultural.
- ▶ Elías resalta que en la sociedad cortesana se configura un ethos de *consumo-status*, en el cual el consumo representa status social, y por eso los ingresos de los nobles se invierten en bienes de consumo que les atribuyan y refuercen su posición social, ya que de su status dependía su existencia social.”







**Estilo caballeresco** → educación física sistemática

**Reglas estrictas** → disciplina, moderación, fidelidad a su señor

En la educación de los caballeros destacaron **dos actividades** → la esgrima y la lucha

# Formación del caballero medieval

El niño (a los **siete años**) es enviado a un castillo donde comienza su educación caballeresca.

Se le educaba en la cortesía y le instruían sobre los grandes hechos de los caballeros célebres; practicaba asimismo la equitación y esgrima.

A los **catorce años** se transforma en escudero y recibe espada y espuela de plata.

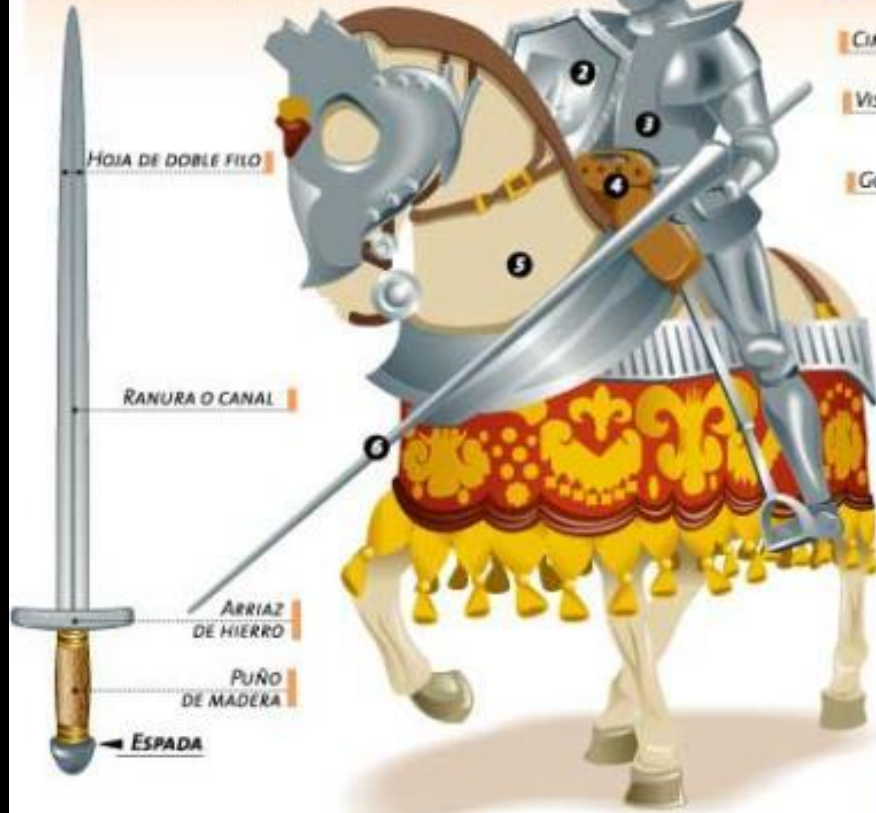
A partir de los **veinte años** era armado caballero, hacía un juramento de ser valiente, fiel a la palabra dada, defensor de la justicia y el bien





## Caballero medieval

Se trataba de un guerrero de la Europa medieval que servía al rey o señor feudal, generalmente a cambio de una parcela de tierra o por dinero.



### CABALLERO

#### (1) Yelmo

El casco metálico estaba reforzado con una lámina de hierro que protegía la parte anterior del rostro.

#### (2) Escudo

Hacia 1.400 los escudos se hicieron más pequeños gracias a la efectividad de la armadura de placas.

#### (3) Armadura

Se fue haciendo cada vez más pesada, y salía por el precio de una buena explotación agrícola. Placas de acero fueron reemplazando a las mallas de metal.

#### (4) Silla y estribos

Permitían un mayor equilibrio al caballero que cargaba para desmontar al adversario.

#### (5) Destrero

Se llamaba así al caballo de combate, pues el escudero lo conducía con la mano derecha. El animal era protegido a veces con un pesado carapecho.

#### (6) Lanza

Fueron aumentando su longitud durante la Edad Media y hacia 1.300 comenzaron a guarnecerse con arandelas circulares para proteger la mano.

## ¿Qué se necesitaba para formar parte de la caballería?

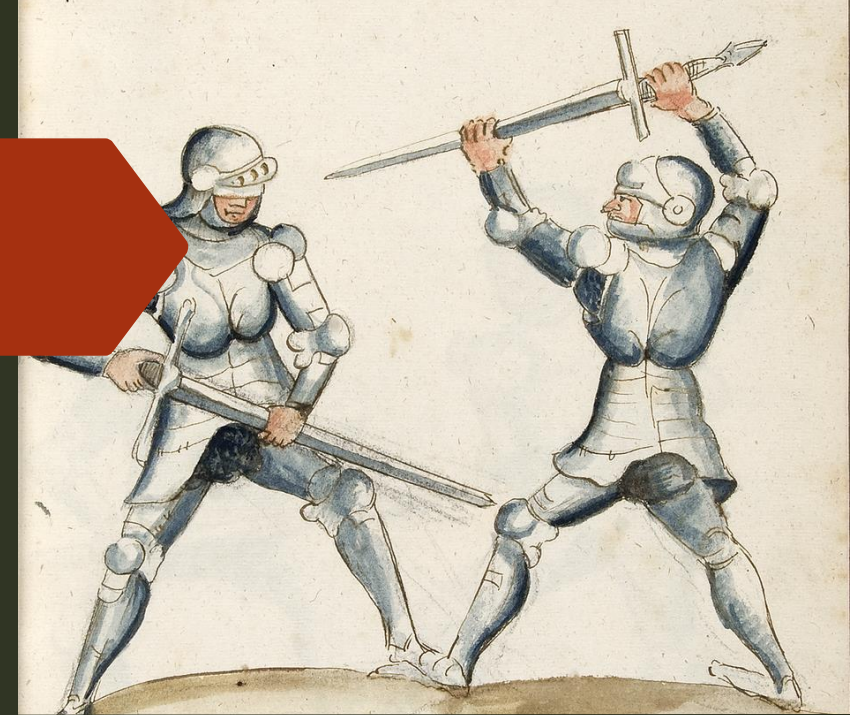
- Caballo / arreos (esgrima a caballo)
- Armas defensivas / ofensivas
- Tiempo libre
- Capital importante

# Esgrima

En los primeros momentos la esgrima consistía en un combate entre caballeros que llevaban pesadas armaduras y utilizaban una espada pesada de doble filo.

Se usaba también una espada más corta, que se manejaba con una sola mano

Con el tiempo se fue cambiando y comenzaron a utilizar armas y armaduras más ligeras, así como una espada más delgada, afilada y flexible



# El juego de la ballesta

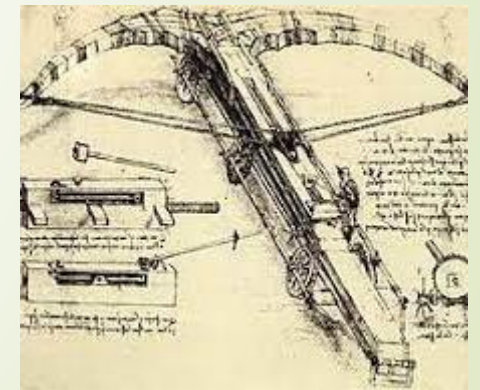
Con el desarrollo de las ciudades en la **Baja Edad Media** y la aparición de la burguesía, se desarrollan nuevos juegos y deportes más populares.

Una de las prácticas deportivas más populares en las ciudades de la Baja Edad Media es el juego de la ballesta.

Es una prueba difícil que combina la fuerza física con la precisión y la destreza.

La ballesta se introduce en Europa a partir del siglo XIII y la celebración de concursos y juegos se convierte en un hecho cotidiano.

En un principio las dianas de los ballesteros son inmóviles pero pronto se dispara contra aves, animales y frutas colgadas en los árboles.







La lucha también fue una actividad practicada tanto por la nobleza como por el pueblo.



Para el fortalecimiento muscular, se utilizaban ejercicios de resistencia con algún compañero, luchas a empujones y tirar de la cuerda.



Los domingos y festivos se organizaban concursos de lucha cuya finalidad era derribar al contrario por medio de una presa o una zancadilla.



# Lucha



# Caza

Puede ser **defensiva** u **ofensiva** → según si el hombre se limita a protegerse de las agresiones de los animales salvajes o, por el contrario, toma la iniciativa ante el estímulo de un beneficio monetario o de procurarse el sustento.

En la Edad Media la caza es un signo de distinción social y un sustituto de la guerra.

Se organizan cacerías para probar tanto el **valor** de los cazadores como la destreza en el uso de las armas

Hay dos formas básicas de practicar la caza → **a pie** y **a caballo**. Se usan perros y aves de presa así como diferentes tipos de armas



# El juego de pelota

Divulgación entre griegos, egipcios, romanos e incluso en ciertas culturas precolombinas, como los mayas, seguramente como actividad lúdico-ritual.

En la Edad Media se practica desde el siglo XII, aunque alcanza verdadera difusión en el XIV.

**Francia medieval** → auge de los juegos de pelota.

Varias modalidades de juego de pelota que iban desde los que sólo se golpeaba a la pelota con la mano, a los que utilizaban una raqueta o un bastón

Uno de los juegos de pelota más primitivos fue el **tenis** a mano que más tarde se le añadió el guante y posteriormente la pala o raqueta.

En sus orígenes, el **fútbol** no era más que una lucha por una pelota a la que se podía empujar con las manos y pies

